

## **PENERAPAN METODE SMALL SIDED GAMES TERHADAP GERAK DASAR CONTROL DAN PASSING DENGAN KAKI BAGIAN DALAM SEPAK BOLA**

**Qasamul Fata Isnani**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya Qasamulfatah@gmail.com

**Dwi Cahyo Kartiko**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya

### **Abstrak**

Pendidikan merupakan satu usaha yang paling penting dalam upaya meningkatkan sumber daya manusia. Pendidikan tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan sehari-hari, dengan pendidikan yang baik individu diharapkan agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi, baik sepiritual keagamaan maupun pengendalian diri. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian penting dari pendidikan keseluruhan, bertujuan untuk menjaga kebugaran jasmani keterampilan gerak belajar sportif dan unsur-unsur lainnya. Olahraga sepak bola adalah salah satu olahraga yang paling digemari oleh masyarakat baik usia muda hingga usia tua, dan dapat dimainkan secara kebersamaan maupun kelompok kecil, sekarang dengan adanya small sided games maka permainan sepak bola bias dimainkan dengan cara mengurangi jumlah pemain dan memperkecil lapangan yang ada.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh penerapan metode small sided games terhadap gerak dasar control dan passing dengan kaki bagian dalam sepak bola. (study pada siswa kelas IV SD Negeri Lidah wetan II/462 Surabaya yang berjumlah 35 siswa). Penelitian ini menggunakan jenis eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif.

Berdasarkan hasil data peneliti posttest ternyata lebih besar daripada hasil pretest dengan adanya treatment small sided games yang dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan dengan hasil rata-rata setelah treatment meningkat 5%. Berdasarkan hasil hitung uji T thitung > ttabel (4,018 > 2,042) dengan demikian thitung > ttabel dengan taraf signifikan 5% maka  $H_A$  diterimakan  $H_0$  ditolak.

Kesimpulan penelitian ini adalah adanya pengaruh penerapan metode *small sided games* terhadap hasil belajar *control* dan *passing* dengan kaki bagian dalam sepak bola. Dibuktikan dengan hasil thitung 4,018 > ttabel 2,042 dengan taraf signifikan 0,05 dan besarnya pengaruh penerapan metode *small sided games* terhadap hasil belajar *control* dan *passing* dengan kaki bagian dalam sepak bola dibuktikan dengan perhitungan presentase pengaruh yaitu sebesar 48,15%.

**Kata Kunci :** *small sided games, control, passing, kaki bagian dalam, sepak bola*

### **Abstract**

Education is one of the most important factor in human resources development. Education can not be separated in our life, well education is designed to help students achieve their individual potential and create a positive future for themselves, both spiritual and emotional control. Physical sports and health education is the important thing of overall education, aimed to maintaining physical fitness of sports-learning skills and other elements. Sports football is one of the most favored sports by people of both young and old age, and can be played together or small groups, with small sided games, football games can be dimmed by reducing the number of players and minimizing the existing field.

The purpose of this study is to determine how much influence the method of small sided games to the basic motion control and passing with foot inside football. (Study is base on 35 students, fourth grade of Lidah wetan II / 462 elementary school). This research uses a kind of quasi-experiment with quantitative approach. Based on the data of posttest researcher was bigger than the result of pretest with the existence of small sided games treatment which was done 2 times meeting with the average result after treatment increased 5%. Based on the result of T test count > ttable (4.018 > 2.042) T test count > ttable with significant level 5% then  $H_A$  accepted and  $H_0$  rejected. The conclusion of this research is the influence of application of small sided games method to the result of learning control and passing with foot in foot soccer. It is proved by the result of tcount 4.018 > ttable 2.042 with a significant level of 0.05 and the magnitude of the influence of small sided games method implementation on the result of control and passing learning with foot in foot soccer proved by the percentage of influence that is equal to 48.15%.

**Keywords:** *small sided games, control, passing, inner feet, football*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu usaha yang paling penting didalam upaya meningkatkan sumber daya manusia. Pendidikan tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan baik seseorang, masyarakat maupun kehidupan berbangsa. Kualitas dari sebuah negara salah satunya diukur melalui sumber daya manusia yang berada didalam negara tersebut, maju atau tidaknya sebuah bangsa juga salah satunya diukur melalui tingkat pendidikan penduduknya. Pendidikan merupakan salah satu kewajiban yang harus dipenuhi oleh setiap manusia, karena pendidikan sendiri berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup dimasa yang akan datang.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 Bab 1 pasal 1 No. 1, yang berbunyi :

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Dengan pendidikan yang baik seorang individu diharapkan mampu mengatasi permasalahan yang dihadapinya dengan baik pula. Pendidikan yang baik juga tidak hanya akan berdampak pada dirinya sendiri melainkan juga akan berdampak pada lingkungannya secara langsung atau tidak langsung

Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan tidak hanya berperan dalam hal pengetahuan, kecerdasan, dan ketrampilan saja, namun pendidikan juga berperan membentuk manusia yang beriman, dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional dalam kurikulum 2013 terdapat mata pelajaran wajib (kelompok A) dan mata pelajaran wajib (kelompok B) yang salah satu didalamnya terdapat mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan bagian penting dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk menjaga kebugaran jasmani para peserta didik, ketrampilan gerak, belajar sportif, bekerja sama dan masih banyak lagi lainnya yang juga saling berkaitan dengan tujuan pendidikan nasional. Tidak hanya mempelajari salah satu jenis olahraga atau permainan saja tetapi para peserta didik yang memiliki aktivitas cukup padat baik disekolah maupun di luar sekolah dapat tetap menjaga kebugaran jasmani dengan adanya mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Dengan mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan para peserta didik tidak hanya mampu menyerap nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan ,

tetapi juga para peserta didik diharapkan menjadi lebih fresh dalam melakukan kegiatan di sekolah. Para siswa yang menghabiskan sebagian waktunya untuk menerima pelajaran di kelas diharapkan mendapat suasana dan energi baru ketika menerima pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan.

Dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan terdapat berbagai aktivitas olahraga dan permainan yang banyak mengandung nilai dan unsur-unsur positifnya dan diharapkan dapat membantu untuk mengembangkan tidak hanya kemampuan psikomotornya saja juga mengembangkan kemampuan kognitif dan afektif peserta didik. Disamping itu pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan juga mempersiapkan siswa supaya dapat mengembangkan ketrampilan gerak secara maksimal. Pemahaman siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dapat memberikan kemudahan di dalam memahami dan melakukan gerak dasar pada saat melakukan aktivitas olahraga. Terdapat materi atletik, aktivitas bola kecil, contohnya : tenis meja, badminton, tenis lapangan serta aktivitas bola besar, contohnya : bola basket, bola voli dan sepak bola.

Jadi, di SD Negeri Lidah Wetan II/462 termasuk sekolah yang tidak memiliki lahan yang luas untuk bermain sepak bola (lapangan sepak bola), meskipun demikian pembelajaran gerak dasar sepak bola harus tetap tersampaikan kepada para peserta didik dimana didalam gerak dasar sepak bola terdapat sub materi *control* dan *passing* menggunakan kaki bagian dalam, oleh karena itu guru diharap mampu menggunakan model atau metode yang tepat guna tetap tersampainya materi sepak bola tersebut khususnya *control* dan *passing*.

Sepak bola juga merupakan olahraga atau yang relatif banyak digemari oleh anak-anak sekolahan, mulai dari tingkat sekolah dasar hingga tingkat sekolah menengah atas menyukainya. Para siswa tidak hanya bermain sepak bola waktu jam pelajaran dimulai, melainkan juga waktu istirahat dan juga waktu terdapat perlombaan antar kelas atau semacamnya.

*Small-sided games are games played on smaller fields and with fewer players than the adults game of 11 versus 11. Games of 3 versus 3, 4 versus 4 are examples of small-sided game numbers. As you can see, playing numbers can be even or uneven and the game can be played* (Snow, 2011: 5).

*Small Sided Games* merupakan salah satu bentuk metode pembelajaran dimana lapangan yang memadai sehingga pembelajaran *Small Sided Games* didesain dalam bentuk hampir sama dengan situasi permainan sebenarnya, dimana siswa dihadapkan pada situasi yang hampir sama dengan permainan sebenarnya. Sehingga diharapkan mampu meningkatkan ketrampilan siswa

dalam control dan passing menggunakan kaki, dalam sepak bola.

*Small sided games* telah menjadi bagian dari sejarah sepak bola di Amerika Serikat. Banyak dari orang tua kita, kakek-nenek kita dan nenek moyang kita bermigrasi ke Amerika dengan bermain games indah ini di jalan-jalan negara asal mereka (Snow, 2011 : 5).

Karena dalam metode *Small sided games* bisa dilakukan di area terbuka jadi tidak harus menggunakan lapangan sepak bola yang sebenarnya. Selain tidak menggunakan lapangan yang sebenarnya metode ini juga dapat dirancang dengan berbagai variasi, kerjasama antar teman satu tim, bisa juga menambah atau mengurangi bola atau pemain yang ada di lapangan. *Small sided games* diharapkan mampu membuat siswa semakin cepat dalam bereaksi dan menentukan keputusan, misalnya setelah menerima umpan, siswa diharapkan bisa memberikan atau menyambung umpan kepada rekan satu timnya dengan cepat dan tepat. Karena arena lapangan yang kecil dan pembatasan sentuhan terhadap bola, maka ruang gerak semakin sempit. Hal ini akan membuat siswa mau tidak mau harus bereaksi cepat agar bola tidak terebut oleh lawan dan ini akan diharapkan berpengaruh baik bagi kemampuan siswa tersebut.

Sesuai masalah yang ada di SD Negeri Lidah Wetan II/462 yang tidak memiliki lahan untuk menyampaikan materi sepak bola metode *Small Sided Games* tepat untuk diterapkan karena model ini tidak perlu menggunakan lapangan dengan ukuran lapangan sepak bola yang sebenarnya.

Dalam penelitian ini, akan diadakan materi sepak bola khususnya control dan passing dengan kaki bagian dalam karen control dan passing dengan kaki bagian dalam merupakan teknik dasar paling sering dipakai dalam permainan. Dari uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Penerapan Metode Small Sided Games Terhadap Gerak Dasar control dan Passing dengan Kaki Bagian dalam Sepak Bola”.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab-akibat di antara variabel (Maksum, 2012:65). Sedangkan penelitian eksperimen semu adalah penelitian yang mendekati percobaan sungguhan di mana tidak mungkin mengadakan *control*/memanipulasi semua variabel yang relevan. Harus ada kompromi dalam menentukan validitas internal dan eksternal sesuai dengan batasan-batasan yang ada (Nazir, 2011:73). Dalam penelitian ini hanya memenuhi 2 hal, yaitu

perlakuan dan ukuran keberhasilan. Penelitian ini akan mencari pengaruh dengan adanya perlakuan..

Sumber pengumpulan data yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan, pertemuan pertama melakukan *pre-test*, pertemuan ke 2 dan ke 3 melakukan *treatment*, dan pertemuan ke 4 melakukan *post-test*, hanya dilakukan di SD Negeri Lidah Wetan II/462 Surabaya.

Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan. Pertemuan pertama melaksanakan *pre-test*, pertemuan 2 dan pertemuan 3 melaksanakan *treatment*, dan pertemuan keempat melaksanakan *post-test*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### Deskriptif Data

Pada deskripsi data ini, peneliti membahas tentang rata-rata, standart deviasi, varian, nilai tertinggi dan nilai terendah hasil belajar control dan passing dengan kaki bagian dalam sepak bola dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas IV SD Negeri Lidah Wetan II/462 Surabaya yang menggunakan satu kelompok yaitu kelompok *treatment*.

Setelah data penelitian tentang hasil belajar control dan passing dengan kaki bagian dalam sepak bola terkumpul, kemudian peneliti melakukan analisa perhitungan pada data hasil penelitian dengan menggunakan teknik program komputer IBM SPSS v20 yang dilakukan peneliti. Terdapat ada peningkatan antara hasil *pre-test* dan *post-test* control dan passing dengan kaki bagian dalam sepak bola dalam pembelajaran PJOK pada kelas IV SD Negeri Lidah Wetan II/462 Surabaya pada kelompok *treatment*. Sehingga dapat dijabarkan lebih lanjut dalam bentuk Tabel 1 sebagai berikut:

**Tabel 1 Hasil Perhitungan *Pre-Test* dan *Post-Test* Passing dengan Kaki Bagian Dalam Sepak Bola**

	N	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>
<b>Mean</b>	35	1,54	2,29
<b>Std. Deviasi</b>	35	1,314	1,582
<b>Varian</b>	35	1,726	2,504
<b>Maks</b>	35	4	5
<b>Min</b>	35	0	0

Berdasarkan hasil perhitungan deskripsi di atas maka dapat dilihat bahwa untuk nilai rata-rata (*mean*) *pre-test* dari 35 siswa 1,54 sedangkan rata-rata (*mean*) *post-test* 2,29 dengan standart deviasi *pre-test* 1,31 dan standart deviasi *post-test* 1,58 yang memiliki nilai varian *pre-test* 1,72 dan nilai varian *post-test* 2,50. Dengan nilai maksimum sebesar *pre-test* 4 dan *post-test* sebesar 5.



Dengan nilai minimum *pre-test* sebesar 0 dan *post-test* sebesar 0.

#### Syarat Uji Hipotesis

Pada bagian ini akan dikemukakan pengujian hipotesis berdasarkan hasil tabulasi data yang diperoleh dari hasil *pre-test* dan *post-test* terhadap kelompok eksperimen yang menunjukkan pengaruh signifikan antara hasil belajar *control* dan *passing* dengan kaki bagian dalam sepak bola sebelum dan sesudah penerapan metode *small sided games* pada siswa kelas IV SD Negeri Lidah Wetan II/462 Surabaya. Kemudian hasil tabulasi data diolah dan dianalisis secara statistik untuk mengetahui apakah ada pengaruh penerapan metode *small sided games* terhadap hasil belajar *control* dan *passing* dengan kaki bagian dalam sepak bola pada siswa kelas IV SD Negeri Lidah Wetan II/462 Surabaya. Adapun data yang diperoleh adalah sebagai berikut :

#### Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah data yang dianalisis berdistribusikan normal atau tidak. Maka diperlukan suatu perhitungan untuk mengetahui kenormalan penyebaran suatu data. Banyak perhitungan yang bisa digunakan namun dalam penelitian ini peneliti menggunakan suatu perhitungan yaitu dengan metode Kolmogorov Smirnov sebagai uji kenormalan. Uji ini dilakukan untuk menguji sebuah kenormalan sebaran data. Dengan dasar analisis yang digunakan dalam mengambil keputusan apakah distribusi data mengikuti distribusi normal atau tidak yaitu jika nilai signifikan lebih besar dari 5% (0,05) maka data tersebut berdistribusi normal. Berdasarkan hasil Uji Normalitas dengan alat bantu komputer yang menggunakan program *SPSS for windows* 21 diperoleh hasil perhitungan Tabel 2 sebagai berikut :

**Tabel 2 Hasil Perhitungan Uji Normalitas**

	Pre-Test	Post-Test
<b>p value</b>	0,143	0,152
<b>Signifikan</b>	0,05	0,05
<b>Kategori</b>	Normal	Normal

Berdasarkan hasil Tabel 2 di atas dapat dijelaskan bahwa nilai signifikan (*p value*) *pre-test* lebih dari  $\alpha$  (0,05) dengan kata lain ( $\text{sig} > \alpha$ ) berarti dapat disimpulkan data tersebut normal. Sedangkan pada *post-test* nilai signifikan (*p value*) *post-test* lebih dari  $\alpha$  (0,05) dengan kata lain ( $\text{sig} > \alpha$ ) berarti dapat disimpulkan data tersebut normal.

#### Uji-T

Dalam penelitian ini adalah uji beda rata-rata (uji mean) dengan menggunakan analisis *paired samples T-test*. Nilai yang digunakan dalam perhitungan adalah nilai *pretest* dan *posttest*. Dengan penyajian datanya

(seperti pada lampiran) maka hasil perhitungan *paired samples T-test* adalah sebagai berikut :

**Tabel 3 Hasil Paired Samples T-test**

	Mean	SD	T	Df	Sig
Pretest-Posttest	-,74286	1,09391	-4,018	34	0,000

Berdasarkan hasil perhitungan dalam tabel di atas thitung sebesar 4,018 sedangkan nilai ttabel sebesar 2,042. Dan nilai Sig sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka sesuai dasar pengambilan keputusan dalam Uji Paired Sample T-Test, dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang artinya ada pengaruh yang signifikan dari hasil *test* setelah pemberian *treatment* dan sebelum pemberian *treatment* penggunaan metode pembelajaran *small sided games control* dan *passing* dengan kaki bagian dalam sepak bola pada peserta didik kelas IV SD Negeri Lidah Wetan II/462 Surabaya.

#### 3. Peningkatan

Berdasarkan hasil perhitungan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pada *control* dan *passing* dengan kaki bagian dalam sepak bola sebesar 48,15% setelah diberikan penerapan metode *small side games*.

#### Pembahasan

Sesuai dengan rumusan masalah tujuan penelitian dan hasil tentang pengaruh penerapan model *small sided games* terhadap hasil belajar *control* dan *passing* dengan kaki bagian dalam sepak bola maka diketahui ada pengaruh. Hal ini dapat dilihat dari hasil skor *control* dan *passing* siswa sebelum diberikan *treatment* (*pretest*) adalah rata-rata 1,54 standart deviasi 1,314 dengan varian 1,726. Hasil skor keterampilan *control* dan *passing* peserta didik kelas IV SD Negeri Lidah Wetan II/462 Surabaya setelah diberikan *treatment* (*posttest*) adalah rata-rata 2,29 standart deviasi 1,582 dengan varian 2,504.

Berdasarkan Tabel 2 diketahui Pvalue pada saat *pretest* 0,143 dan Pvalue saat *posttest* 0,152. Dapat disimpulkan bahwa data pada saat *pretest* dan *posttest* adalah berasal dari data normal karena Pvalue > alpha yaitu 0,05.

Berdasarkan hasil perhitungan uji T, thitung > ttabel ( $4,018 > 2,042$ ) dengan demikian sesuai dengan ketentuan jika thitung > ttabel dengan taraf signifikan 5% maka  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak. Dari hasil tersebut disimpulkan bahwa ada pengaruh penerapan metode *small sided games* terhadap hasil belajar *control* dan *passing* dengan kaki bagian dalam sepak bola studi pada siswa kelas IV SD Negeri Lidah Wetan II/462 Surabaya.

Berdasarkan dari perhitungan presentase dengan hasil 48,15% maka dapat disimpulkan bahwa terdapat

pengaruh yang cukup setelah diberikan treatment menggunakan metode small sided games passing dengan kaki bagian dalam sepak bola.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab IV, maka dapat dikemukakan simpulan sebagai berikut :

1. Adanya pengaruh penerapan metode small sided games terhadap hasil belajar control dan passing dengan kaki bagian dalam sepak bola. Dibuktikan dengan hasil thitung  $4,018 > t_{tabel} 2,042$  dengan taraf signifikan 0,05.
2. Besarnya pengaruh penerapan metode small sided games terhadap hasil belajar control dan passing dengan kaki bagian dalam sepak bola dibuktikan dengan perhitungan presentase pengaruh yaitu sebesar 48,15%.

### Saran

Adapun saran-saran yang dapat dikemukakan sesuai hasil penelitian, pembahasan dan simpulan yang telah diuraikan adalah :

1. Bagi guru PJOK agar dapat memberikan materi yang tepat dan penyusunan RPP khususnya untuk materi bola besar permainan sepak bola yang didukung oleh materi lainnya guna meningkatkan teknik dasar control dan passing dalam sepak bola.
2. Bagi peserta didik agar dapat mengembangkan kemampuan bermain sepak bola dalam melakukan keterampilan control dan passing dengan kaki bagian dalam sepak bola berdasarkan analisa dalam penelitian ini.
3. Bagi dosen agar dapat lebih memperhatikan faktor-faktor dan variabel lain yang dapat meningkatkan keterampilan control dan passing dengan kaki bagian dalam sepak bola.
4. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan dapat meneliti dengan jumlah populasi yang lebih banyak dan berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aunurrahman. 2014. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- B.Suryosubroto. 2010. *Dasar-Dasar Kependidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Erman. 2009. *Metodologi Penelitian Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press

Kristiyandaru, Advendi. 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press

Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya

Maksum, Ali. 2007. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya

Mielke, Danny. 2007. *Dasar-dasar Sepak Bola*. Bandung: Human Kinetics

Nazir, Moh. 2011. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia

Nurhasan. 2003. *Tes Dan Pengukuran*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya

Pengertian sepak bola (Online). <http://kbbi.web.id/sepak%20bola> (diakses tanggal 28 November 2016)

Small Sided Game Manual <http://www.usyouthsoccer.org/assets/1/15/Small%20Side%20Games%20Manual.pdf> (diakses tanggal 26 September 2016)

64 Small Sided Games (Online) <http://coginchaugsoccer.org/2e5ca83d-a7fd-45d1-95f78735947a7429/Text/Documents/6556/33856.pdf>. (diakses tanggal 27 November 2016)

Sucipto, Sutyono, Bambang. M.Thohir, Indra. Nuryadi. 2000. *Sepak Bola*. Jakarta: Depdikbud

Suherman, Adang. 2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud

UU No. 20 Tahun 2003, <http://sindikker.dikti.go.id/dok/UU/UU20-2003-Sisdiknas.pdf> (diakses tanggal 24 September 2016)

UU No.2 tahun 1989 tentang Sisdiknas <http://www.polsri.ac.id/panduan/01.%20umum/02.%20UndangUndang%20Republik%20Indonesia%20Nomor%202%20Tahun%201989%20Tanggal%2027%20Maret%201989%20Tentang%20Sistem%20Pendidikan%20Nasional.pdf> (diakses tanggal 27 November 2016)

Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers